

## Аннотация к рабочей программе коррекционного курса «Двигательное развитие»

### 7 класс

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. Работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков является целью занятий. Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением.

Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развитие» предназначена для обучающихся 7 класса и разработана в соответствии со следующими документами:

1. Приказ Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 г. №1599 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт обучающихся с умственной отсталостью;
3. Адаптированная основная общеобразовательная программа школы;
4. Учебный план образовательного учреждения.

**Цель коррекционного курса** - коррекция, сохранение и укрепление здоровья обучающихся, в образовательном процессе с учетом их индивидуальных физических особенностей и потенциальных возможностей организма.

#### **Задачи:**

- укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;
- коррекция и компенсация нарушений физического развития и психомоторики;
- развитие двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости и т.д.);
- формирование, развитие и совершенствование двигательных умений и навыков;
- развитие у учащихся основных физических качеств, привитие устойчивого отношения к занятиям по физкультуре;
- укрепление здоровья, содействие физическому развитию в соответствии с возрастными особенностями.

Исходя из возможностей обучающихся, для реализации данной программы используются следующие **технологии**: игровые, личностно – ориентированные, интерактивного обучения, здоровьесберегающие, здоровьесформирующие, коррекционно-развивающие, разноуровневого и дифференцированного обучения, информационно-коммуникационные.

**Методы обучения**: словесные, наглядные, практические, методы физической культуры и спорта.

**Формы работы**: урок, фронтальная работа, индивидуальная работа, работа в парах и группах, коллективная работа.

Коррекционный курс «Двигательное развитие», является составной частью всей системы работы с умственно отсталым учащимся. Коррекционная направленность физического воспитания строится на следующих принципах:

- индивидуализация и дифференциация процесса обучения;
- коррекционная направленность обучения;
- оптимистическая перспектива;
- комплексность обучения на основе прогрессивных психолого-педагогических и психолого-физиологических теорий.

Срок реализации настоящей программы 1 учебный год (2 часа в неделю). Занятия по данной рабочей программе проводятся в форме урока (40 мин).

# Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развитие» 7 класс

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развитие» предназначена для обучающихся 7 класса и разработана в соответствии со следующими документами:

1. Приказ Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 г. №1599 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт обучающихся с умственной отсталостью;
3. Адаптированная основная общеобразовательная программа школы;
4. Учебный план образовательного учреждения.

### Цель и задачи программы

**Цель коррекционного курса** - коррекция, сохранение и укрепление здоровья обучающихся, в образовательном процессе с учетом их индивидуальных физических особенностей и потенциальных возможностей организма.

#### **Задачи:**

- укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;
- коррекция и компенсация нарушений физического развития и психомоторики;
- развитие двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости и т.д.);
- формирование, развитие и совершенствование двигательных умений и навыков;
- развитие у учащихся основных физических качеств, привитие устойчивого отношения к занятиям по физкультуре;
- укрепление здоровья, содействие физическому развитию в соответствии с возрастными особенностями.

Исходя из возможностей обучающихся, для реализации данной программы используются следующие **технологии**: игровые, личностно – ориентированные, интерактивного обучения, здоровьесберегающие, здоровьесформирующие, коррекционно-развивающие, разноуровневого и дифференцированного обучения, информационно-коммуникационные.

**Методы обучения**: словесные, наглядные, практические, методы физической культуры и спорта.

**Формы работы**: урок, фронтальная работа, индивидуальная работа, работа в парах и группах, коллективная работа.

## 2. Общая характеристика коррекционного курса

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. Работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков является целью занятий. Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением.

Коррекционный курс «Двигательное развитие», является составной частью всей системы работы с умственно отсталым учащимся. Коррекционная направленность физического воспитания строится на следующих принципах:

- индивидуализация и дифференциация процесса обучения;
- коррекционная направленность обучения;
- оптимистическая перспектива;

- комплексность обучения на основе прогрессивных психолого-педагогических и психолого-физиологических теорий.

### ***3. Описание места коррекционного курса в учебном плане***

Срок реализации настоящей программы 1 учебный год. Занятия по данной рабочей программе проводятся в форме урока (40 мин).

<b>Планирование</b>	<b>7а класс</b>
Недельный план	2 часа
I четверть	18 часов
II четверть	14 часов
III четверть	20 часов
IV четверть	16 часов
Годовой план	68 часов

Возможно уменьшение количества часов, в зависимости от изменения годового календарного учебного графика, сроков каникул, выпадения уроков на праздничные дни.

### ***4. Планируемые результаты освоения коррекционного курса «Двигательное развитие»***

Личностные	Предметные	
	Минимальный уровень	Достаточный уровень
<ul style="list-style-type: none"> <li>• положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;</li> <li>• вступать в контакт и работать в коллективе (учитель – ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс);</li> <li>• использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;</li> <li>• обращаться за помощью и принимать помощь;</li> <li>• адекватно использовать ритуалы школьного поведения;</li> <li>• пользоваться знаками, символами, предметами заместителями.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• выполнять действия по показу учителя, смотреть на взрослого поворачиваться к нему лицом, вставать в ряд;</li> <li>• бросать мяч в цель двумя руками, ловить мяч среднего размера;</li> <li>• ходить друг за другом, бегать за учителем, прыгать на месте по показу учителя.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• знать правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием;</li> <li>• знать требования техники безопасности в процессе занятий физической культурой и участия в физкультурно - спортивных мероприятиях;</li> <li>• выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;</li> <li>• выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленные воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);</li> <li>• участвовать в подвижных играх.</li> </ul>

## 5. Содержание коррекционного курса

В программу включены разделы, направленные на развитие физических качеств, двигательных навыков, развития моторики рук и формирования правильной осанки, а так же подвижные игры с элементами коррекционно-развивающих упражнений.

**Базовые учебные действия:**

<i>Личностные</i>	<i>Регулятивные</i>
<p>Положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;</p> <p>Целостный, ориентированный взгляд на мир в единстве его природной и социальной частей.</p>	<p>Адекватно использовать ритуалы школьного поведения;</p> <p>Принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе.</p>
<i>Коммуникативные</i>	<i>Познавательные</i>
<p>Использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;</p> <p>Доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми.</p>	<p>Знать требования техники безопасности в процессе занятий физической культурой и участия в физкультурно - спортивных мероприятиях;</p> <p>Выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;</p> <p>Выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации).</p>

## 6. Тематическое планирование

<p><i>Коррекционно-развивающие упражнения на развитие физических качеств</i></p> <p><i>20 часов</i></p> <p><b><u>Развитие координации</u></b></p> <p><b><u>Развитие силы</u></b></p> <p><b><u>Развитие быстроты</u></b></p> <p><b><u>Развитие гибкости</u></b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• ходьба, бег с разным положением рук;</li><li>• повороты на месте; приседания руки вперед, руки в стороны;</li><li>• выставление ноги вперед на носок, назад на носок, влево и вправо на носок;</li><li>• лазанья по гимнастической стенке вверх и вниз;</li><li>• упражнения флажками.</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>• сгибания и разгибания пальцев рук;</li><li>• круговые движения кистями вовнутрь и наружу;</li><li>• приседания на двух ногах, на одной;</li><li>• наклоны туловища вперед - назад, влево - вправо, руки вверх, с набивным мячом над головой.</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>• быстрая ходьба в течение 5-10 сек.;</li><li>• бег на короткие отрезки 10-20 м.;</li><li>• быстрые прыжки на одной ноге, на двух, с продвижением вперед.</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>• махи, рывки, наклоны, шпагаты, сгибания и разгибания.</li></ul>
<p><i>Коррекционно-развивающие упражнения на развитие основных двигательных навыков</i></p> <p><i>20 часа</i></p> <p><b><u>Развитие навыков ходьбы</u></b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• ходьба на месте со взмахом обеими руками, одной левой, одной правой;</li><li>• ходьба на месте без взмахов руками;</li><li>• ходьба вперед по линии со взмахом обеими руками;</li><li>• ходьба на месте в различном темпе;</li><li>• быстрая ходьба.</li></ul>

<p><b><u>Развитие навыков бега</u></b></p> <p><b><u>Развитие навыков метаний</u></b></p> <p><b><u>Развитие навыков прыжка</u></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• бег в легком, среднем, быстром темпе;</li> <li>• бег с изменением направления;</li> <li>• «семенящий» бег с высоким подниманием бедра.</li>   <li>• метание мяча, колец на дальность, точность, высоту отскока, правой, левой, обеими руками.</li>   <li>• прыжки на одной ноге, на двух ногах на месте;</li> <li>• прыжки с продвижением вперед, назад, влево, вправо с разным положением рук.</li> </ul>
<p><i>Коррекционно-развивающие упражнения на развитие моторики рук</i></p> <p><b>28 часов</b></p> <p><i>Коррекционно-развивающие упражнения на формирование правильной осанки</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• перекладывание мелких предметов с места на место;</li> <li>• сжимание-разжимание пальцев одновременно правой и левой руки, поочередно, закрыв глаза;</li> <li>• сжимание обеими руками мелких резиновых мячей;</li> <li>• круговые движения кистями;</li> <li>• отведение – приведение пальцев.</li>   <li>• упражнения с гимнастическими палками;</li> <li>• ходьба по гимнастической скамейке с различным положением рук;</li> <li>• приседания в вертикальной плоскости;</li> <li>• висы на гимнастической стенке;</li> <li>• лазанье по гимнастической стенке.</li> </ul>
<p><i>Подвижные игры элементами коррекционно-развивающих упражнений</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Метатели», «Все по местам», «Запомни номер», «Выбери ведущего», «Так держать», «По кочкам и линиям», «Дотянись», «Проверь сам», «Сильный бросок», «Попади в цель», «Слушай сигнал», «Воробьи и вороны».</li> </ul>

## **7. Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса**

### **Оборудование:**

#### Спортивный зал

- «шведская стенка» – 3 лестничных пролета (высота пролета 280 см., ширина 90 см.) ,
- баскетбольный щит с баскетбольным кольцом - 1 шт. (на высоте 215 см.),
- турник – 1 шт, (на высоте 200 см),
- крепёж волейбольной сетки – 4 шт.

#### Спортивная площадка

1. игровой комплекс\_ИК1-08М (750 м2) – 1 шт.
2. гимнастический комплекс «Паутина» – 1 шт.
3. качели «Балансир» – 1 шт.
4. гимнастический комплекс (металлический), состоящий из:
  - турник (на высоте 220 см.);
  - турник (на высоте 170 см);
  - лестница (высота 220 см., ширина 120 см.);
  - гимнастические брусья (высота 140 см., ширина между брусьями 60 см.).
5. спортивный комплекс общей физической подготовки, состоящий из:
  - детский спортивный комплекс;
  - турник тройной;
  - брусья параллельные:
  - тренажер «Разведение ног в стороны стоя»;
  - тренажер «Имитация ходьбы»;
  - тренажер «Вращение и скручивание сидя»;
  - щит информационный.
6. песочница.
7. универсальная спортивная площадка - 18x32 м.

### **Игровое оборудование**

- мячи футбольные (10 шт.)
- мячи волейбольные (8 шт.)
- мячи баскетбольные (5 шт.)
- мячи детские резиновые (15 шт.)
- обручи (10 шт.)
- скакалки (15 шт.)
- ракетки для бадминтона (24 шт.)
- ракетки для настольного тенниса (20 шт.)

### **Учебная и справочная литература**

1. Болоннов Г.П. Физическое воспитание в системе коррекционно-развивающего обучения: Программа закаливания, организация игр, досуга. – М.: ТЦ Сфера. 2003 г.
2. Вареник Е.Н. Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми: - М.: ТЦ Сфера, 2003 г.
3. Галанов А.С. Игры, которые лечат: - М.: 2007 г.
4. Дмитриев А.А. Физическая культура в специальном образовании: Учебное пособие. – М.: Издательский центр «Академия», 2002 г.
5. Кропочев В.А., Липатова С.Н. Подвижные игры: Учебное пособие. – Томск .:STT, 2007.
6. Мозговой В.М. Уроки физической культуры в начальных классах: пособие для учителя спец. (коррекц.) образоват. учреждений VIII вида. – М.: Просвещение, 2009 г.
7. Сочеванова Е.А. Комплекс утренней гимнастики для детей: Методическое пособие. – СПб.: «Детство-пресс», 2006 г.
8. Физкультура в режиме продленного дня школы. Под редакцией С.В. Хрущева. – М.: Физкультура и спорт, 1986 г..
9. Черник Е.С. Физическая культура во вспомогательной школе: Учебное пособие. – М.: Учебная литература, 1997 г.

**Календарно-тематическое планирование**  
 Примерный календарно – тематический план уроков

№ урока	Программный материал	Количество часов	Дата
<b>І четверть</b> 18 часов за четверть (2 часа в неделю)			
1	Т.Б. на занятиях физической культурой. Инструктаж. Вводный урок.	1 час	
2	Изучение подвижной игры (п/и) «По местам»	1 час	
3	Изучение комплекса «Утренняя гимнастика»	1 час	
4	ОРУ без предметов	1 час	
5	КРУ с гимнастической палкой	1 час	
6	П/и «Слушай сигнал»	1 час	
7	Коррекционно-развивающие игра «Мячик покатился»	1 час	
8	КРУ на формирование правильной осанки	1 час	
9	ОРУ с мячами	1 час	
10	Подвижная игра «Мяч соседу»	1 час	
11	Подвижная игра «Меткий стрелок»	1 час	
12	КРУ «Самолет»	1 час	
13	КРИ «Круг»	1 час	
14	Подвижная игра «Отгадай по голосу»	1 час	
15	ОРУ с обручами	1 час	
16	Подвижная игра «Летучий мяч»	1 час	
17	Итоговый урок	1 час	
18	Резервный урок	1 час	
<b>ІІ четверть</b> 14 часа в четверть (2 часа в неделю)			
1	Т.Б. на занятиях физической культурой. Инструктаж. Вводный урок.	1 час	
2	П/и «Мяч в корзину»	1 час	
3	ОРУ с флажками	1 час	
4	КРУ «Карусель»	1 час	
5	Изучение п/и «Найди свой флажок»	1 час	
6	ОРУ с гимнастическими палками	1 час	
7	Подвижная игра «Танец медвежат»	1 час	
8	П/и «Мяч на полу»	1 час	
9	Подвижная игра «Мяч из круга»	1 час	
10	КРУ на формирование осанки	1 час	
11	ОРУ с малыми мячами	1 час	
12	П/и «Шарик в воздухе»	1 час	
13	Итоговый урок	1 час	
14	Резервный урок	1 час	

**III четверть**

20 часов за четверть (2 часа в неделю)

1	Т.Б. на занятиях физической культурой. Инструктаж. Вводный урок.	1 час	
2	ОРУ и КРУ с гимнастической палкой	1 час	
3	П/и «Граница»	1 час	
4	П/и «Атака крепости»	1 час	
5	Коррекционная игра «Зеркало»	1 час	
6	ОРУ с малыми мячами	1 час	
7	П/и «Затейливый заяц»	1 час	
8	Упражнения на формирование правильной осанки	1 час	
9	КРУ «Гусьтки»	1 час	
10	КРУ «Прогулка в лесу»	1 час	
11	Подвижная игра «Защищай город»	1 час	
12	Дыхательная гимнастика	1 час	
13	П/и «Музыкальный поезд»	1 час	
14	П/и «День - ночь»	1 час	
15	П/и «Собери пирамиду»	1 час	
16	Музыкальная зарядка «Три медведя»	1 час	
17	П/и «Переправа»	1 час	
18	П/и «Снежки»	1 час	
19	Итоговый урок	1 час	
20	Резервный урок	1 час	

**IV четверть**

24 часа за четверть (3 часа в неделю)

1	Т.Б. при занятиях в спортивном зале. Инструктаж. Вводный урок.	1 час	
2	Дыхательная гимнастика	1 час	
3	КРУ с массажными мячиками	1 час	
4	ОРУ с гимнастической палкой	1 час	
5	П/и «Фокус»	1 час	
6	ОРУ с обручем	1 час	
7	ОРУ с флажками	1 час	
8	Подвижные игры «Найди свой цвет»	1 час	
9	П/и с элементами КРУ «Постучалки»	1 час	
10	Метание в цель	1 час	
11	ОРУ с мячом	1 час	
12	П/и «Что изменилось»	1 час	
13	П/и «По кочкам и линиям»	1 час	
14	ОРУ с мячами	1 час	
15	П/и «Сильный бросок»	1 час	
16	Итоговый урок	1 час	